

プチカップビーフン



材料（4人分）

「お米100%ビーフン」(ケ)	100g
サラダ油（ビーフンにからめる分）	適量
豚バラ肉（薄切り）	60g
キャベツ	100g
たまねぎ	50g
ニラ	50g
サラダ油	小さじ2
【a】食物アレルギー対応洋風だしの素	4g
【a】「1歳からのお好みソース」(オ)	大さじ4～
【a】塩、こしょう	少々
みんなの食卓「ポークウイニー」(日)	2個
パプリカ（赤・黄）	各1/4個
サラダ油	少々
「A-Label（イー・ラベル）ふりかけおかか」(永)	大さじ1～



作り方

- <カニウイナーを作る>
ポークウイニーを縦半分にかつする。下の絵のように切り込みを入れる。


- フライパンに薄く油（分量外）を熱し、星型にくり抜いた赤・黄パプリカを一緒に炒め、ウイナーの切り込みが開いたら、皿に取り出して置く。
- <焼ビーフンを作る>
豚バラ肉、キャベツは一口大に切る。たまねぎは薄切り、ニラは3cm長さに切る。
- 沸騰したたっぷりの湯にビーフンを入れて箸で軽くほぐし4分茹でる。ザルにとり水で冷やし、しっかりと水分をしぼり、サラダ油をからめる。
- フライパンでパチパチ音がするまでビーフンを炒め余分な水分をとばし、お皿に取り出す。
- 空になったフライパンにサラダ油を熱し豚肉をしっかり炒める。たまねぎとキャベツを加えてさらに炒める。④のビーフンを戻し入れて炒め、【a】を混ぜる。最後にニラを加え軽く炒める。
- 焼ビーフンを器に盛りA-Labelふりかけおかかをかける。カニウイナーと星型の赤・黄パプリカをひとつずつ乗せる。

使用商品



注

- メニューレシピ内の()は企業名の略称です。
- (エ) エスエスケイフーズ株式会社、(オ) オタフソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料8品目不使用です。
- 特定原材料とは「えび・かに(*)・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナツ)」です。
- (*)使用商品中の海苔については、えび・かにに生息域で採取しています。